„Jak mówić do dziecka, żeby nas słuchało”

Bardzo ważnym elementem wychowania jest komunikacja. Komunikacja rodziców z dziećmi to zadanie niełatwe i jednocześnie bardzo odpowiedzialne. Jest bardzo ważna gdy dzieci dorastają. Dobra komunikacja jest podstawą uczenia dzieci samooceny, rozwiązywania problemów i współpracy z innymi. Dobra komunikacja sprzyja dobrym relacjom. W dobrej komunikacji każda osoba ma prawo odczuwać i mówić o swoich emocjach. Często rodzice mają problemy ze swoimi dziećmi i skarżą się na to, że ich nie słuchają, nie robią tego, o co ich proszą. Bywa że, nie są w stanie wyegzekwować od dzieci dobrego zachowania. Z tego powodu frustracja sprawia, że rodzice są przepełnieni złymi emocjami w stosunku do swoich dzieci. Jednak każdemu zależy na dobrym wychowaniu swoich pociech. To od nas zależy czy dziecko będzie nas słuchało, czy będzie się buntowało. Oczywiście ma znaczenie także charakter i usposobienie dziecka. Jednak jeżeli będziemy wiedzieli, jak rozmawiać z dzieckiem to komunikacja nawet z najbardziej żywiołowym dzieckiem będzie dobrym fundamentem w budowaniu relacji rodzice-dzieci. Komunikacja jest procesem polegającym na wzajemnej wymianie informacji między rodzicami i dzieckiem. Może być to komunikacja: werbalna (słowna) – przy użyciu słów i niewerbalna, czyli mowa ciała. Ważne jest aby te dwa rodzaje komunikacji wzajemnie się uzupełniały, aby to co mówimy pokrywało się z mową naszego ciała. O właściwej, mądrej komunikacji rodziców z dzieckiem rozpisywało się już wielu znawców tematu. Oto podstawowych 10 zasad, od których warto zacząć naukę świadomej komunikacji z dzieckiem.

**10 zasad komunikacji rodziców z dzieckiem.**

1. Aktywnie słuchaj dziecka.

2. Pokazuj, że problemy dziecka są dla Ciebie tak samo ważne, jak dla niego.

3. Pomagaj dziecku zrozumieć emocje, jakie nim rządzą.

4. Nie obwiniaj dziecka, a ucz wyciągać wnioski.

5. Nie rozkazuj lecz przekaż prośbę.

6. Nie dawaj dziecku kar, rozmawiaj, ucz odpowiedzialności.

7. Nie udzielaj złotych rad, jeśli dziecko tylko chce się wyżalić.

8. Bądź aktywnym rozmówcą, słuchaj ale także opowiadaj.

9. Pokazuj dziecku rozwiązania – jak naprawić błędy. Ucz odpowiedzialności.

10. Traktuj dziecko jak równego sobie rozmówcę.

Opracowała: Todorowa Ewa

Literatura:   Faber Adele i Mazlish Elaine „*Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły”* Heather Turgeon i Julie Wright „Przestań mówić, zacznij rozmawiać. Trzy kroki do skutecznej komunikacji z dzieckiem”